

Hành Vi Xấu và Kỷ Luật

Dành cho trẻ em từ 1 đến 5 tuổi

Rất nhiều trẻ em có những hành động như đánh, cắn hoặc có hành vi xấu theo nhiều cách khác, chứ không riêng con của quý vị mới như vậy. Đây là những hành vi này thường gặp ở trẻ nhỏ và có thể do nhiều nguyên nhân gây ra. Đa số trẻ nhỏ đều có những hành vi như vậy, nhưng chỉ trong một thời gian ngắn cho tới khi các em học được cách thể hiện cảm xúc của mình tốt hơn.

Tại Sao Trẻ Em Lại Có Hành Vi Xấu?

Có nhiều đáp án cho câu hỏi này.

- Thời Gian Tìm Hiểu.** Các em tìm hiểu về thế giới của mình bằng chính các giác quan của chúng. Một em bé có thể không thể phân biệt được sự khác biệt giữa việc nhai đồ chơi hoặc cắn ngón tay.
- Mọc Răng.** Những em bé còn rất nhỏ có thể cảm nhận thấy răng đang mọc ra thì việc nhai và cắn sẽ giúp các em cảm thấy dễ chịu hơn!
- Các em đang theo dõi thái độ của người lớn.** Trẻ em có thể cắn hoặc đánh chỉ để biết điều gì xảy ra hoặc để khiến người lớn sững sờ.
- Chú ý.** Trẻ em sẽ làm bất kỳ điều gì ("tốt" hoặc "xấu"), để được quý vị chú ý tới.
- Bắt Chuỗc.** Trẻ nhỏ thích làm những gì mà những người khác làm. Đừng bao giờ đánh hoặc cắn lại một đứa trẻ vì như vậy sẽ dạy cho các em nghĩ hành vi này là chấp nhận được.
- Sự Độc Lập.** Việc nhõng nhẽo thường giúp đứa trẻ có được những gì mà em muốn mà không cần phải nhờ giúp đỡ.
- Cáu Giận.** Trẻ nhỏ không biết các từ ngữ để thể hiện cảm xúc của các em. Các em có thể thể hiện cho quý vị bằng cách đánh, cắn và đá.
- Tâm Trạng Căng Thẳng.** Những thay đổi nhỏ hoặc quan trọng (thí dụ như mất đồ chơi hoặc bắt đầu vào học tại một trường mới) có thể khiến con quý vị rất căng thẳng.

Các Bậc Cha Mẹ Có Thể Làm Gì?

Tìm hiểu lý do tại sao con quý vị lại đá, cắn hoặc quấy khóc như vậy. Hãy đặt 5 dạng câu hỏi có chữ W — Who (Ai), What (Cái Gì), Why (Tại Sao), Where (Ở Đâu), và When (Khi Nào). Hành vi của con quý vị có thể theo một dạng nhất định. Nếu vậy, hãy tìm các dấu hiệu cho thấy con quý vị sắp đánh hoặc cắn và cố gắng ngăn ngừa hành vi đó.

Ngăn Ngừa Cắn/Đánh

Tạo thói quen. Những sinh hoạt thường lệ giúp trẻ em cảm thấy dễ chịu và có thể giảm bớt sự căng thẳng trong những thời điểm thay đổi.

Không để trẻ em quá đói hoặc quá mệt mỏi. Cho trẻ ăn các bữa ăn nhỏ và thường xuyên vào cùng một giờ mỗi ngày. Bảo đảm là con quý vị ngủ đầy đủ.

Có khu vực vui chơi an toàn. Để những đồ vật mà quý vị không muốn con mình chạm vào hoặc nắm lấy ra khỏi tầm mắt của các em. Việc này sẽ giúp quý vị không phải nói “Không” (No) và phải lấy lại các thứ đó từ con quý vị.

Bảo đảm là có thật nhiều trò chơi trong giờ chơi. Việc này sẽ giúp tránh đánh lộn. Trẻ nhỏ chưa biết cách cùng chia sẻ.

Dành thời gian với con quý vị khi em không cáu giận. Điều này sẽ dạy cho trẻ biết rằng không cần phải có hành vi xấu để thu hút sự chú ý của quý vị.

Ngăn Chặn Cắn/Đá

- Hiểu được các cảm xúc của con quý vị. Cho con mình thấy là việc tức giận, giận dữ hoặc hoảng sợ là có thể chấp nhận được.
- Dạy con quý vị cách thể hiện cảm xúc của em. Yêu cầu con mình sử dụng các từ ngữ thay vì cắn hoặc đánh.
- Cho con quý vị biết là em có thể cắn thú nhồi bông hoặc dùng gậy để đánh một quả bóng, nhưng không được cắn hoặc đánh người khác.
- Dạy con quý vị nói “Xin lỗi” và an ủi những người bị tổn thương.
- Trẻ em từ 2 tuổi trở lên có thể bị kỷ luật theo hình thức “phạt giờ” (time-out). Đưa con quý vị tới một nơi yên tĩnh để em dìu lại. Nguyên tắc hữu ích là một phút cho mỗi số tuổi. Ví dụ như: 3 tuổi nên phạt 3 phút.

Vài Lời Về Việc Đánh Đòn

Đánh đòn chắc chắn là sẽ khiến con quý vị phải chú ý. Nhưng việc đó không dạy em cách cư xử ngoan ngoãn hoặc cách giải quyết các vấn đề. Phương pháp này có thể dạy trẻ em rằng việc đánh người khác là có thể chấp nhận được. Hãy làm gương tốt. Khen ngợi con quý vị vì đã có hành vi ngoan ngoãn.

Để biết thêm chi tiết về chủ đề này, hãy gọi cho bác sĩ hoặc ban dịch vụ hội viên của chương trình y tế của quý vị.